

## Contenidos

<b>Su Nuevo Bebé</b> . . . . .	<b>1</b>
El Primer Examen de su Bebé . . . . .	.5
Examen del Recién Nacido . . . . .	.8
¿Cómo Obtengo Cuidado Médico para mi Niño? . . . . .	.9
En el Hospital . . . . .	.11
El Bebé Prematuro . . . . .	.12
Alimentando a su Bebé . . . . .	.13
Preparándose para Dar el Pecho . . . . .	.14
Alimentando con Fórmula: Preparación . . . . .	.19
<b>Llevando al Bebé a la Casa</b> . . . . .	<b>23</b>
Asientos de Seguridad . . . . .	.25
Seguridad para Dormir . . . . .	.26
Cuidado del Recién Nacido . . . . .	.30
Pañales . . . . .	.34
Cómo Cuidarse a Sí Misma . . . . .	.37
Cómo Alimentarse Correctamente al Ser Madre Primeriza . . . . .	.41
Manteniéndose en Forma . . . . .	.43
Su Nueva Familia . . . . .	.44
<b>Cuando Otros Cuidan de su Niño</b> . . . . .	<b>45</b>
Elección de una Persona para el Cuidado de su Niño . . . . .	.47
Escogiendo Centros de Cuidado de Niños . . . . .	.48

**Su Niño Crece . . . . . 53**

Por Primera Vez . . . . .	56
Inquietudes sobre el Desarrollo de su Niño . . . . .	58
Un Bebé Sano Necesita Cuidado Primario . . . . .	60
Hablando con el Proveedor de Cuidado Primario de su Niño . . . . .	61
Historial de la Salud de la Familia . . . . .	62
Programa Recomendado para las Visitas Rutinarias . . . . .	63
De Una a Dos Semanas . . . . .	64
Un Mes . . . . .	68
Dos Meses . . . . .	72
Cuatro Meses . . . . .	76
Seis Meses . . . . .	80
Nueve Meses . . . . .	85
Un Año . . . . .	89
Quince Meses . . . . .	93
Dieciocho Meses . . . . .	97
Dos Años . . . . .	101
Tres Años . . . . .	105
Cuatro Años . . . . .	109
Cinco Años . . . . .	113
Seis Años . . . . .	117
Manteniendo al Niño Saludable en la Escuela . . . . .	121
Información Médica Importante: Reacciones Alérgicas . . . . .	123
Información Médica Importante: Enfermedades Graves . . . . .	124
Información Médica Importante: Trastornos Médicos Crónicos . . . . .	125
Información Médica Importante: Hospitalizaciones . . . . .	126

## **Manteniéndolo Saludable . . . . . 127**

Cuándo Debe Llamar al Médico . . . . .	129
Cómo Tomar la Temperatura . . . . .	131
Cómo Dar Medicina . . . . .	132
Dientes Sanos . . . . .	134
Oídos Sanos . . . . .	137
Ojos Sanos . . . . .	138
Alergias . . . . .	139
Asma . . . . .	140
Seguridad Bajo el Sol . . . . .	143
Previendo el Envenenamiento con Plomo . . . . .	144
Monóxido de Carbono . . . . .	148

## **Manteniendo la Seguridad . . . . . 151**

En Caso de una Emergencia Médica . . . . .	153
Previendo las Caídas . . . . .	156
Previendo Quemaduras y Escaldaduras . . . . .	157
Seguridad en Incendios . . . . .	158
Calentadores de Espacio (heaters) . . . . .	160
Previendo el Ahogamiento y la Estrangulación . . . . .	161
Previendo el Envenenamiento . . . . .	163
Seguridad en el Tráfico . . . . .	165
Seguridad al Andar en Bicicleta y Patinar . . . . .	167
Seguridad en el Agua . . . . .	168
Seguridad con Armas de Fuego . . . . .	169
Previendo las Heridas en Actividades Deportivas . . . . .	170
En Caso de Catástrofes . . . . .	171

<b>Alimentos Saludables</b> . . . . .	<b>175</b>
Empezando a Comer Alimentos Sólidos . . . . .	177
Lo que Debe Darle de Comer a Su Bebé . . . . .	179
Tomando en la Taza . . . . .	181
Cómo Hacer que Deje el Biberón . . . . .	182
Lo Que su Niño Debe Comer Cada Día . . . . .	183
Las Meriendas son Comidas También . . . . .	184
Comidas Especiales . . . . .	185
<b>Familias Sanas</b> . . . . .	<b>187</b>
Las Familias Aprenden Juntas . . . . .	189
La Disciplina Significa Enseñanza . . . . .	191
Cuando el Mal Comportamiento es un Problema . . . . .	194
Pérdida y Tristeza . . . . .	195
Violencia en la Familia . . . . .	196
Niños, Violencia, Abuso y Negligencia . . . . .	197
Si Necesita Protección . . . . .	198
Violencia, Televisión, Películas y Juguetes . . . . .	199
<b>Recursos</b> . . . . .	<b>201</b>
<b>Vocabulario e Índice</b> . . . . .	<b>235</b>